

FRENCH TOAST AL COCCO CON FRUTTA

Io non ho figli quindi non so cosa voglia dire prepararli la merenda ma in compenso ho il mio "bimbone" che appena torna dal lavoro si mangerebbe un bue.. magari con sopra un po di nutella!! solitamente non riesco a prepararli gran che visto che arrivo a casa con lui.. sabato però lui ha lavorato quindi al ritorno gli ho fatto trovare pronta la merenda..

FRENCH TOAST AL COCCO CON FRUTTA e FRAPPE' COCCO E FRAGOLE

4 fette di pan bauletto

1 uovo

60 ml di latte

2 cucchiaini di zucchero

1 cucchiaino di farina di cocco

cannella

burro

1 kiwi

Per il frappè

fragole

300 gr di gelato al cocco

Sbattete un uovo con 1 cucchiaino di zucchero, il latte e la cannella. In una padella sciogliete 10 gr di burro, imbevete il pane nel composto di uovo da entrambe le parti e mettere a cuocere in padella. In un'altra padellina fate sciogliere una noce di burro con un cucchiaino di zucchero, quando lo zucchero si sarà sciolto, e si sarà leggermente imbiondito, unite le fragole e il kiwi tagliati a pezzi, mescolate un paio di volte e unite due cucchiaini di acqua lasciate andare qualche minuto finchè l'acqua si sarà asciugata. In un piatto mettete una fetta di toast posizionate la frutta e sopra l'altra fetta di toast, sopra versate un po di sciroppo di frutta che sarà rimasto in padella.

Da bere, per rimanere in tema, ho preparato un frappè, ho frullato con il mixer ad immersione il gelato al cocco assieme a qualche fragola.



ombelcodivenera.blogspot.com